ГБДОУ детский сад №1

Утверждаю

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1 Петродворцового района Санкт-Петербурга

Заведующий
ГБДОУ детский сад №1
_____ /Мартынюк А.В./

МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	115	5,96	9,37	12,13	170,71	1,11
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2024	48	АПЕЛЬСИН	82	0,74	0,16	6,65	35,29	49,25
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,62	0,12	5,72	27,53	0,00
Итого			**372**	**7,48**	**9,69**	**35,36**	**261,40**	**50,52**
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	178	3,07	4,46	8,02	72,27	1,25
Итого			**178**	**3,07**	**4,46**	**8,02**	**72,27**	**1,25**
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	35	0,27	2,22	0,86	24,45	3,45
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	7,37
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	45/20	7,74	9,15	6,82	143,79	0,38
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,42	30,90	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,38	0,58	10,30	52,50	0,00
Итого			**560**	**16,81**	**19,78**	**67,55**	**516,67**	**11,20**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	5,14	2,48	21,11	109,23	0,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,22	3,40	15,12	100,12	7,35
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	151	0,76	0,15	15,29	65,09	3,03
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	35	1,22	2,27	17,98	92,14	3,80
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,42	30,90	0,00
Итого			**356**	**10,04**	**8,43**	**75,92**	**397,48**	**14,43**
Всего				**37,40**	**42,36**	**186,85**	**1 247,82**	**77,40**